

اقتصاد جديد يستقطب شركات الإستثمار والمحامة

بلفاست في أيرلندا الشمالية بديل أرخص للندن



تقنية متقدمة مميزة (تشمل قطاعات مثل الذكاء الاصطناعي والروبوتات، وتقنية الواقع المعزج) التي أتاحت له تأسيس شركته الناشئة في مجال التطبيقات، بـسرين ويف بانك . وقد أتى كـتـنـغـهـام في الأصل من غالواي، وكان قد عمل لمدة 20 عاماً لدى شركة بويغ، وأسس شركته الهندسية الخاصة في سان دييغو قبل الإقترار في بلفاست والبدء في شركته في مجال التقنيات. ويقول إن تركّز المواهب التقنية ورغبة أبناء المجتمع التقني في تقاسم معارفهم وتمويل الشركات الناشئة إضافة إلى انخفاض تكاليف المعيشة كلها عوامل توفّر بيئة لا نظير لها في بلفاست. ويضيف كـتـنـغـهـام : لم أكن لأستطيع أن أتجزأ ما أقوم به لو كنت في بـدـلـن أو لندن. يستطيع الناس من أمثالنا أن يعملوا لقاء أجر أقل بكثير في وقت تأسس فيه شركاتنا، في حين نستطيع في ذات الوقت الإستمتاع بمستوى جيد من العيش هنا في بلفاست. ويضيف أن المشهد الخفائي للمدينة ينمو ويتطور مع ظهور مطاعم وحانات جيدة على الدوام. ولد تشي شونغ سون في مايزيا لكنه انتقل إلى بلفاست قبل 19 عاماً للدراسة والحصول على شهادة جامعية في علم الحاسوب، وهو الآن متخصص في مجال التطبيقات لدى إحدى شركات

بـدـلـن ينصب عند بابها الخارجي حيث كانت تستعمل أوقات لكـي يـمـكـن مالك الحانة 'القلقل' من التحقق من الداخلين إليها. أما الآن فهي مطبقة بدهان أخضر وغالباً ما ترزّن بزهور نضرة وقصصها السواح. والتي الجامعي هو أيضاً حي شعبي وواحد من أكثر مناطق المدينة تنوعاً بإعراقه نظراً لاحتذاب 'جامعة كوينز' العديد من الطلبة من أنحاء العالم، وخصوصاً من آسيا. ويقع الحي بسجوار شارع 'مألون رود' وليزبيرن رود' المشجحين. غير أن بلفاست مدينة صغيرة. وخلال دقائق، يمكن للزوار أن يصلوا إلى الأحياء الأخرى تنوعاً، حيث يوجد فيها شارعاً 'فولز رود' وشارعاً 'شانتكيل رود'، وهما شارعان متوازيان حصلت فيهما وقائع واحداث بعض الاضطرابات السابقة.

جودة العيش
وتقول شيزوكو لوكه إنها كانت مهمومة في البداية عندما انتقلت إلى المدينة قبل 11 عاماً مضت قادمة من هيوغو في اليابان نظراً لانعدام التنوع العرقي، وهو أمر قد تحسن عبر السنين منذ إحلال السلام في المنطقة، مع أن نسب الأعراق لا تزال متراجعة عما هي عليه في باقي مناطق المملكة المتحدة. ولكن تربية ولديها في المدينة جعل لوكه إيجابية جداً، وتقول: 'إنها مكان جيد لتتسنة عائلة، والنظام التربوي في أيرلندا الشمالية ذو عناية عالية مع وجود وفرة من المدارس النموذجية الجيدة'. وقد عاش وريثان كـتـنـغـهـام في بلفاست أفضل السنين الأربع الماضية، ويشيد بالمدينة لإنشائها بيئة ذات

وأصبح معدل الرواتب - مع أنه يتصاعد ليصبح ثاني أعلى نسبة تسارع في كافة مناطق المملكة المتحدة- 26 ألف جنيه استرليني سنوياً، وهذا الرقم هو أقل من المتوسط في المملكة المتحدة البالغ 28 ألف جنيه استرليني، أما معدل الرواتب في لندن فهو 35 ألف جنيه استرليني، حسب مكتب الإحصاء الوطني. إن نفقات العيش هي أقل نسبياً، مع أن فواتير الخدمات قد تكون مرتفعة نظراً لحاجة أيرلندا الشمالية إلى استيراد معظم احتياجاتها من الطاقة. ويشير بعض الوافدين، خصوصاً من بريطانيا، إلى أن تناول الطعام هنا وهناك يكلف أكثر رغم أن عدداً متزايداً من المطاعم -الجميع بما فيها 'أوكس' و'بيزن إبيك' المصنفين ضمن 'ليل ميشلان' العالمي، وغيرهما من باعة المأكولات في الشوارع الذين يخاضوا عددهم- يسهم في دعم وزيادة ما هو معروض ومتوفر.

التزّعة والنشاطات
وينجذب العديد من الوافدين إلى شقق مركز المدينة المبنية قبل الأزمة المالية عام 2007 تحول 'حي تينانكيد' 'الجوار لحوض بناء السفن الذي بُنيت فيه السفينة التي لاقت نهاية مؤسفة، و'حي الكاتدرائية' وكانت منطقة مستوعبات ولكن تم تجديدها مستخلىة الآن ببعض من أفضل بارات ومطاعم المدينة. وباستطاعة عمال المراكب هنا أن يجلسوا كاساً من البيرة الفاتمة المخمرة محلياً في حانة 'سانلاور'، وهي نموذج مثالي لمزاج بلفاست المتغير. كما أن هناك قفصاً أمينياً من قضبان معدنية لا

في الولايات المتحدة الأمريكية، رفعت شركة بويغ دعوى ضد شركة بومبارديه الكندية لتصنيع الطائرات، التي توظف 4,500 شخص في أيرلندا الشمالية. وتخص الدعوى الدعم الممنوح لبومبارديه لقاء بيع طائراتها. وتطالب شركة بويغ الحكومة الأيرلندية بأن تدفع بومبارديه تعريفات جمركية، مما قد يهدد مستقبل منشأتها في بلفاست. كما سيؤدي ذلك إلى تساؤلات حول مستقبل 80 شركة محلية تزود الشركة الكندية بقطع الغيار، والخدمات، وقد يعيق ذلك نمو قطاع الطيران، ذي الإمكانيات الواعدة.

تكاليف المعيشة
وانتقلت إيسيس ديلا بينيا بالامين إلى بلفاست في عام 2014 بعد أن كانت تعيش في السويد. وتعمل إيسيس كطاهية في جنوب المدينة وتقول إن تكاليف المعيشة إيجابية بالمقارنة ببلدها. وتضيف: 'العيش هنا رخيص جداً فيما يتعلق بالماكل والمسكن. نحن نعيش في بيت من غرفتي نوم وتكلفتنا 425 جنيه استرليني شهرياً؛ لو كان ذلك في السويد لكانت 600 جنيه استرليني لاستئجار مجرد شقة'. كما يمكن لشخصي العفارات أن يجود صفقات مريحة. وتبين آخر البيانات المستحصلة من هيئة الإحصاء والبحوث لأيرلندا الشمالية أن معدل أسعار البيوت في بلفاست يقرب من جنيه استرليني. 128,650 وبالمقارنة، يصل السعر إلى 489,000 في لندن وذلك حسب مكتب الإحصاء الوطني بالمملكة المتحدة.

الأسعار أرتفعت منذ عام 2002

تجارة الفستق ساحة أخرى للصراع بين أمريكا وإيران

وإنشاء ذلك الحين، توسع السوق الأمريكي، وقام الكثير من المزارعين في كاليفورنيا بزراعتة ولكن في عام 2014 أدى ارتفاع درجة الحرارة والجفاف إلى فقدان نحو نصف المحصول وادى إلى انخفاض العائدات عام 2015 وهو العام الذي بيع فيه المحصول، بما يقارب 1.4 مليار دولار. وارتفعت أسعار الفستق عالمياً، ولكن بالنسبة لمزارعي الفستق في إيران مثل الأمر أيضا فرصة، ويرتفع سعر الفستق منذ عام 2002 ويوزع ريتشارد ماتوايان، المدير التنفيذي لرابطة مزارعي الفستق الأمريكية، الأمر لزيادة الوعي بالفوائد الصحية للفستق وزيادة الطلب العالمي على الطعام الصحي.

وقال "الصناعة تزيد أسعار المنتجات بالدعاية، مضيفا أن طلب الطبقة الوسطى في الأسواق النامية يزيد أيضا من الصادرات. وكانت زيادة الطلب على الفستق في الصين دفعها هاما لزيادة أسعاره. وبين 2008 و2013 ارتفعت واردات الصين من الفستق الأمريكي بنسبة 46 في المئة. ولكن الجفاف في كاليفورنيا عام 2014 أدى إلى قفزة كبيرة في أسعار الفستق من ثلاثة دولارات للرطل إلى 5 دولارات للرطل. وبالمقارنة مع ذلك، كان محصول الفستق الإيراني ذلك العام قويا. وفي أسواق مثل الصين، بيع المحصول الإيراني بسعر يقل بنحو 0.20 للرطل عن المحصول الأمريكي.



الثلاثينيات ببذور إيرانية. وجاء ازدهار زراعة الفستق بعد أن قطعت الولايات المتحدة علاقاتها مع إيران بعد أزمة الرهائن عام 1979 والتي فرضت الولايات المتحدة بعدها عقوبات على الجمهورية الإسلامية الإيرانية. وفي العقود العدة التالية، كان من الصعب على زراعة وصناعة الفستق أن تزدهر في إيران بسبب العقوبات الاقتصادية وعدم القدرة على الوصول إلى الأسواق العالمية، حتى في الدول التي كانت ترحب بالحصول الإيراني.

لديكتاتورية في إيران طوق نحاة سياسي واقتصادي، ولكنه أخفق في السيطرة دون قفّر إيران صوب تطوير أسلحة نووية. وبالنسبة لصناعة الفستق في إيران، فإن التهديد بنسف الاتفاق وإعادة فرض العقوبات يمكن أن يحذر في الوقت ذاته من أن الولايات المتحدة قد تنهي التزامها به. ويؤدي ذلك إلى ترك الأمر بين يدي الكونغرس لتقييم وتحديد ما إذا كان يعتقد أن إيران تلتزم بشروط الاتفاق النووي. وقال ترامب في الخطاب الذي أعلن فيه قراره إن الاتفاق "يعد

لندن - زوي توماي تواجه تجارة الفستق العالمية اضطرابات غير متوقعة بسبب التوتر بين إيران والولايات المتحدة. وتبلغ قيمة تجارة الفستق الدولية عدة مليارات دولار وتتزايد قيمتها مع تزايد الإقبال على شرائه. وتسيطر الولايات المتحدة وإيران على تجارة الفستق العالمية، حيث سيطران على ما بين 70 و 80 في المئة من الإنتاج السنوي في العشر سنوات الماضية. وفي خلال الأربعين عاما الماضية، واجه مزارعو الفستق في إيران ضغوطا بسبب العقوبات، والرسم والقيود المفروضة على الوصول إلى مؤسسات التمويل العالمية. وعلى الرغم من أن الفستق ذاته ليس على قائمة المنتجات التي فرضت عليها عقوبة، فإن القيود المفروضة على تعامل إيران مع الجهاز المصرفي العالمي جعلت المزارعين الإيرانيين يواجهون صعوبات.

تخفيف عقوبات وتغيرت الأمور بصورة كبيرة في عام 2016 بعد الاتفاق النووي مع إيران، الذي أدى إلى تخفيف العقوبات عن إيران. وبعد تخفيف العقوبات، لم يتدفق فقط النفط الإيراني إلى الأسواق العالمية، ولكن صادرات الفستق الإيراني وجدت طريقها إلى الأسواق الدولية. ولكن الانتشار الذي شهده الفستق الإيراني في الأسواق الدولية قد يواجه تحديات، حيث قال الرئيس الأمريكي دونالد ترامب إن الاتفاق النووي الإيراني، الذي تم التوقيع

الإصابة بالتقلصات المعدية أحد الأسباب

تناول الطعام قبل السباحة يعرض للغرق

لندن - كلوديا هاموند

يقول البعض إن الذهاب للسباحة بعد تناول الطعام مباشرة قد يكون أمرا خطيرا، فقد نصاب بتقلص العضلات، أو آلم في المعدة، وربما نتعرض للغرق. لكن هل هناك أي دليل علمي يدعم ذلك؟

لا زلت أتذكر كيف كان الوقت يمر ببطء عندما كنت على الشاطئ وأنا طفل، حينما كنت مضطرا لأن أنتظر ساعة بعد تناول الطعام حتى يسمح لي بالعودة إلى المياه مرة أخرى. وكان السبب، كما أخبرت حينها، هو أن السباحة بعد الطعام مباشرة والمعدة ممتلئة أمر خطير، لأنك يمكن أن نصاب بتقلصات عضلية مؤلمة قد تجعلك غير قادر على السباحة، وهو ما قد يؤدي إلى الغرق. لكن هل هذه أسباب حقيقية؟

لا يزال هناك غموض حول الأسباب المتعلقة بحدوث تقلصات مؤلمة في المعدة، فليس هناك دليل يقول إن ممارسة التمارين الرياضية بعد تناول الطعام تسبب مثل هذه الآلام، لكن ما نعرفه هو أن ممارسة نشاط رياضي بصورة قوية أو مبهدة يجعل الدم يتدفق بعيدا عن منطقة هضم الطعام، ليصل إلى منطقة الجلد والعضلات في الذراعين والقدمين. وبالتالي، إذا كان الطعام في منتصف عملية الهضم، فهذا قد يجعلك تشعر بالغثيان. وهو نفس السبب في أن الخوف الشديد قد يجعلك تشعر بالمرض.

فالاستجابة للتعرض لتوتر شديد تجعل الجسم يتجاهل تلقائيا أي عمليات أخرى أقل أهمية بالنسبة له، مثل عملية هضم الطعام في مثل هذا الموقف، مما يدفع الدم إلى العضلات حتى تتمكن من الدفاع عن نفسك بدنيا، أو الركض بسرعة لم تكن تستطيعها قبل ذلك على الإطلاق. لكن هذه الدراسات حول تقلصات البطن المؤلمة تضمنت رياضيين يشاركون في سباقات للعدو لمسافات طويلة، أو سباقات ثلاثية (ترايثلون)، التي تبدأ بالسباحة، ثم ركوب الدراجات، ثم العدو، والتي تتضمن بدل نشاط قوي ومرهق، مقارنة بالسباحة التقليدية التي يقوم بها الأطفال في الإجازات مثلا.

مسابقات رياضية

ويحرص السباحون المحترفون على عدم المشاركة في مسابقات رياضية بمعدة ممتلئة، لكنهم يتأكدون من أنهم تناولوا طعاما كافيا ليدهم بالطاقة اللازمة لتقديم أفضل أداء ممكن لديهم. وعندما يشارك السباحون في سباقات المسافات الطويلة، فإنهم يتناولون طعامهم حتى في منتصف السباق. وإذا كانوا يشعرون بمثل هذه التقلصات العضلية، فإن ذلك يكون من المرجح نتيجة لبذل مجهود كبير ومرهق، ولا يبدو أن الأمر يتعلق بالطعام من الأساس. لكن ماذا عن الآم المعدة؟

رغم أنها تشبه آلام تقلص العضلات، إلا أن الباحثين يميزون بين هذين النوعين من الآلام. ورغم أن تقلصات المعدة هذه توصف طبيا باسم "آلام البطن المتعلقة بممارسة الرياضة"، إلا أنها لا تزال بحاجة إلى فهم أعمق.

وفي أستراليا، كرس دارين مورتون، الباحث العلمي في مجال الرياضة، نشاطه المهني والبحثي لدراسة ظاهرة تقلصات المعدة المؤلمة، وتوصل إلى أن السباحين من الصفوة أيضا يتعرضون لمثل هذه التقلصات المؤلمة في المعدة أكثر من العدائين.

وتوصل أيضا إلى أن الأشخاص الذين تناولوا وجبة كبيرة قبل ساعة أو ساعتين من السباق كانوا أكثر عرضة للشعور بتقلصات المعدة، حتى مع أنهم كانوا قد انظروا مدة الساعة قبل المشاركة في السباق.

(لكن الخبر السار هنا هو أن مورتون توصل إلى أنه كلما زاد عمر المتسابقين، أصبحت تلك التقلصات أكثر ندرة).

لكن هناك نظرية قد تفسر السبب وراء مثل هذه التقلصات في المعدة. فقد لاحظ مورتون أن العديد من عدائي المسافات الطويلة قالوا إنهم شعروا بتلك الآلام في المعدة بعد مرورهم بصناديق المشروبات وتناول بعضها من أجل تعويض ما يبدونه من عرق.

وقرر مورتون إجراء تجربة مختلفة، طلب فيها من المشاركين أن يتناولوا كميات كبيرة من السوائل أكثر من المعتاد قبل المشاركة في السباقات بفترة وجيزة. وتوصل مورتون إلى أن الأشخاص الذين تناولوا عصر الفاكهة كانوا من المرجح أن يشعروا بالامتلاء وبآلام تقلصات المعدة أكثر من غيرهم.

ويقول مورتون إن العناصر تملأ المعدة، وبالتالي تزيد من الضغط على ما يعرف بالغشاء البريتوني، وهو طبقة خارجية تحمي جدار المعدة من الداخل. وهذه منطقة حساسة على وجه الخصوص، وهو ما قد يفسر الشعور بآلام المعدة.

وإذا كانت المشروبات تملأ المعدة، وتتسبب في إثارة خلايا هذه المنطقة الحساسة، وتسبب الآلم، فإن الطعام يمكن أن يصنع الشيء ذاته.

وبالعودة إلى الحياة والسباحة، هل هناك دليل على أنك إذا استسلمت لآلام تقلص المعدة، أو الآم التقلص العضلي، يمكن أن تتعرض للغرق؟

إذا كان الطفل يسبح في مياه ضحلة، يمكنه حينها أن يقف على قدميه. ومن الممكن أيضا أن يطفوا على ظهره عند الشعور بآلام المعدة.

مياه عميقة

وقد يكون الطفل عرضة للخطر فقط إذا كان يسبح في مياه عميقة، بعيدا عن أي شخص يمكن أن يساعد به، وليست لديه مهارة كافية في السباحة ليطفو على سطح الماء، وبالتالي لا ينصح بمثل هذا الموقف، سواء كان الطفل قد تناول طعاما أم لا.

وإذا نظرت إلى الإحصاءات التي جمعت حول هذا الأمر، هناك العديد من الأطفال الذين يموتون غرقا كل عام في جميع أنحاء العالم. ففي الصين، يعد هذا هو السبب الرئيسي لوفاة الأطفال في البلاد. ومع هذا، لا يعد الطعام عاملا مساهما في هذه الأرقام.

وفي الولايات المتحدة، وضعت مؤسسة "مراكز مكافحة الأمراض" قائمة تضم المخاطر الرئيسية التي قد تؤدي إلى وفاة الأطفال غرقا، ومنها عدم القدرة على السباحة، وعدم وجود حواجز مناسبة حول أحواض السباحة، وغياب المتابعة والإشراف على الأطفال.

وبالنسبة للبالغين، كان من بين الأسباب الرئيسية للموت غرقا تناول المشروبات الكحولية قبل السباحة.

ويخشى النظر عن ذلك، هناك أسباب أخرى منطقية تحدث على عدم السباحة مباشرة بعد تناول وجبة الغداء، مثل تجنب الشعور بالغثيان، والبعد عن الشمس وهي في ذروة حرارتها في فترة ما بعد الظهر، على سبيل المثال.

ولذا، ربما يكون إخبار الأطفال بأنه لا ينبغي لهم أن يسبحوا بعد تناول الطعام لأن ذلك قد يتسبب في غرقهم، أمرا مطروحا من أجل دفعهم للاستماع إلى نصحك. لكن فيما يتعلق بالأداء، لا يبدو أن هناك دليلا علميا يدعم ذلك.

